



## 武道における「修業」についての一試論

著者	前林 清和
雑誌名	倫理学
号	6
ページ	39-50
発行年	1988-03
その他のタイトル	A Study on "Shugyo" (Cultivation) in Budo
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2241/14937">http://hdl.handle.net/2241/14937</a>

# 武道における「修行」についての一試論

前 林 清 和

## 一、はじめに

「修行」は、武道において中核的な概念として捉えることができる。この言葉が武道で用いられ始めたのはいつ頃か定かではないが、もともと仏教用語であり、仏教の影響を大きく受けていることには違いないようである。

しかし、修行を「身体（しんたい）の訓練を通じて精神の訓練と人格の向上を目指す実践的な企て」と捉えれば、武道において修行という概念が重要視されてきた理由は、単に思想的影響と言うより、心身の訓練という意味において本質的な繋がりがそこに見いだされたからであろう。

ところで、武道の学問的研究は、まだ始まったばかりでその研究方法は確立されたとは言いが、その中の人文科学の分野を狭義に解すれば、文献に基づいた歴史的研究と哲学・思想的な研究に分けられよう。現在行われている武道の哲学・思想

的研究は、主に武芸伝書類などにみられる技法・心法の記述を分析・整理してその理論体系や流派の特徴を明らかにしたり、あるいは、そこにみられる思想背景や宗教的影響を体系的に明らかにしようとするものである。

しかしここで注意しなければならないことは、武道とはもともと戦いから生まれた身体的実践を基盤とする運動文化であり、伝書類や聞書、随筆などの記述は武芸者たちの修行における心理的・技術的な体験の事実をもとに書かれたものであるということである。心理的・技術的な体験を文字におきかえるということは非常に困難な作業であり、武芸者たちは仏教・儒教・老荘思想などの用語を借りて何とか自分の得た真理を説明しようとしている。その反面、流儀の術理の純粹性を保持するために、一部の伝えるべき者にしか理解できないような隠語を用いていることもある。

したがって、武道の哲学的考察は、単に伝書にある記述をそ

の言葉の本来の意味だけで判断したり、観念的・抽象的なものに終わっては、武道の本質から遠ざかることになりかねない。

まして、武道における修行をテーマとして研究しようとするれば、記述の端々にみられる武芸者の感覚的記述をよりどころに、彼らが体験した技法や心法がどのようなものであったか、またそれが彼らにとつてどのような意味をもっていたのかというところを、研究者が自分の体験などをもとにその内容を確認しながら、解釈しなければならぬであろう。このような態度が、その理論的考察の基盤として必要と考える。

また、武道は過去の遺物ではなく、今日まで伝承されている流派も多く、現在なおいきづいていっているものである。(もちろん流派によっては社会的変化に伴いその本質を失い形骸化したもの、逆に質的に発展を遂げている流派もあり、それを見極める必要があるが)文献としての資料だけではなく、その実地調査や体験そのものが研究の基礎資料となるべきである。

この小論では、以上のような考えに基づいて、武道における修行を心身の鍛練、技、心境の三つの観点から「身体」を意識しながら試論を述べてみる。

## 二、武道における心身鍛練法

武芸伝書などのさし絵にみられる武芸者の体格は、いわゆる三角形型である。つまり、下腹が張り出しており、肩、胸などの上半身には余り筋肉が付いていない。例えば、剣術流派であ

る天真白井流伝書『天真傳一刀流兵法』<sup>3)</sup>に、剣を持って構えた絵があるが正に臍下丹田がはり出た典型的な体型である。相撲はもとより、同じように柔術や弓術などの伝書にも下腹が張り出した三角形型の人物が描かれている。



これはなにも肥満の図ではなく正に武道において理想とされてきた体型なのである。それにしても西洋的身体観に親しんできた現代人にとっては、何とも不格好な体型にみえるであろう。一般的にスポーツにおいて良しとされる体型は、いわゆる逆三角形であり、胸から肩、そして腕のあたりの筋肉が盛り上がり、腹のまわりは細く締まった状態を言う。

それでは、共に身体運動の為に理想とされる体型がなぜこのように正反対なのであろうか。どちらも、調和のとれた身体を

理想とするには違いないのであるが、そこには根本的な身体観の違いがあるようである。

まず、西洋では、一般的にみると人間を精神と肉体に分けて考える心身二元論の立場をとる。そして、肉体は骨格、筋、臓器、神経、血管、皮膚及び、その中を流れる血液やリンパなどにわけることができるとし、それらの集合体を肉体として捉える。つまり、物質としての肉体を問題とし、解剖学的に分析して、例えばひとつひとつの部分が完全であれば、それらの集合体も完全であるという考え方をする。

それに対して、東洋、特に中国や日本では、「氣」の思想に基づいた心身一元論が展開された。つまり、天地万物は全て氣によって生成されており、自然の変動、変化も全て氣の動きによるものと捉えられてきた。もちろん、人間も氣によって形成されているとされ、この氣の作用によって肉体的精神的な全ての生命活動を営んでいると考えられてきたのである。そして、体内には常に氣が流れており、その流れのシステムを「経絡」と呼び、その経絡の線上に鍼灸でよく知られるツボがあるとされる。すなわち、人間を生命活動を営む機能体として捉え、身体というひとまとまりの機能体全体の働きを問題にするのである。

したがって、一般的に身体をトレーニングする、鍛えるということとは、西洋スポーツでは精神と肉体のうちの肉体の訓練を意味し、東洋の伝統的身体運動文化、例えば日本の武道では精神も肉体も含めた生身の身体を鍛えるということになる。もう少

し詳しく言えば、東洋思想では、日常生活レベルにおいてズレのある精神と肉体を心身の修練によって一致させることを目指すのである。また、西洋的トレーニングの立場では、例えば腕に大きな力を発現させたいと思えば、腕の筋の筋原繊維を太くすれば良いということになり、その考えに基づいて筋に適当な負荷をかけ腕の筋肉を鍛える訓練をする。同じようにそれぞれ必要とされる身体各部の筋肉を鍛え、それをもぎいく的に集合させて出来上がった体が、調和のとれた理想的な身体とされ、それがスポーツの場合、一般的に筋肉の盛り上がった、いわゆる逆三角形の体となる。それに対して、東洋では体内の氣を滞りなく循環させ、また強化することが人間を心身共に健康にする方法とされた。もちろん腕や足といった局所的な身体訓練がなされないわけではないが、体内の氣を循環、強化するために氣の貯蔵タンク、あるいはターミナルとしての役割を果たす臍下丹田を中心に氣の訓練が行われ、それが心身の向上につながると考えられたのである。その際、重要なポイントとされるのが、呼吸法である。(簡単に言えば腹式呼吸に類する呼吸法)この作用を生理的に見れば、呼吸によって横隔膜の収縮活動が起き腹腔の内圧が高まり、そこに関連する骨格筋が鍛えられて下腹の張った、いわゆる三角形の体型になるのである。

それでは、つぎに武道における臍下丹田を中心とした心身の鍛練方法を具体的に見て行こう。とは言っても、一般的に武道では、鍛練法は流派の秘密事項とされ、文書ではほとんど残っていないが、ここでは筆者の知る限りで少し紹介してみる。

その前に断っておくが、現在柔道や剣道で行われているトレーニングは、いわゆるスポーツトレーニングであり少なくとも身体鍛え方、作り方は西洋の身体観に基づくもので、さしあたりここでは対象とならない。

気の鍛練法は、気そのものが精神的・肉体的な側面を持つものであるから、自ずとその方法も精神的な色合の強いものと、肉体的訓練を中心としたものがある。

まず、前者としては、瞑想法が挙げられる。瞑想と一言で言ってもその方法は様々であるが、武道では道教的な瞑想法や禅宗における坐禅が取り入れられていた。坐禅は、近世初期より多くの武芸者によつて自己の内面的克服の手段として行われていたが、道教的な瞑想修行は近世中期以降、心法特に気の運用を重視する流派において実践されていたようである。この二つの瞑想法の違いは、坐禅が原則として瞑想を行うにあつての心的イメージについて無前提の立場を取るのに対して道教的な瞑想法は種々の心的イメージがあらかじめ用意されておりそれに従つて行われる。また、どちらも氣の思想に基づいているが、道教的な瞑想法は、例えば氣を体内に巡らすというように、より具体的にあるいはより生理的に氣を捉える。しかし、どちらも臍下丹田を重視し呼吸をよりどころに深い瞑想状態に入つていくことに大差はない。

それでは、いくつかその例を挙げよう。

新陰柳生流をはじめ夕雲流、時代を下れば無刀流など多くの流派の武芸者たちが坐禅の修行を行つていたようである。例え

ば、小出切一雲の著した『夕雲流剣術書』には、

先師禅学ヲ嗜ミテ、諸禅師ニ示論ヲ受ラル。就中、東福寺ノ隠居ニ虎白和尚ト云智識アリ。此禅師ニヒシト帰依シテ、本則十三則モ実参ヲ遂ゲ<sup>4)</sup>

と記されており、夕雲が参禅修行をしていたことが分かる。

また、天真白井流や不二心流では、道教の練丹術をベースとした瞑想法を行っていた。天真白井流伝書『兵法未知志留辺』では「練丹ノ法」という瞑想法を修行の中核として位置付けているが、この瞑想法を行うことによつて「元氣自然ニ臍下ニ充実シ、瓠然タル事未ダ篠打セザル鞠ノ如ク<sup>5)</sup>」というように臍下丹田が充実し下腹部が張つた状態になるという。そして、この瞑想法の系譜について、

鶴林先師ナクンバ、此法何ゾ起ラン。東嶺ナクンバ、此法何ゾ存セン。先師(宗有)ナクンバ、何ゾ此兵法ニ加フル事ヲ得ンヤ<sup>6)</sup>。

と述べている。ここで鶴林先師というのは周知の通り、白隠禅師のことであり、「練丹ノ法」とは彼が実践し『夜船閑話』に記した「内觀の法」のことである。この「内觀の法」は、道教における瞑想法を取り入れたものと言われ、さしずめ呼吸法と心的イメージを主体とし、臍下丹田を中心に心身を改良する法である。

つぎに後者についてであるが、その代表的なものに相撲はもとより、武道において最もポピュラーな鍛練法として「四股」が挙げられよう。例えば、相撲では腰にだけ力を入れて、上半身

は自然のままに姿勢を崩さないようにして、足を開き膝をまげて腰を低くし、足を左右交互に上げる訓練法である。一般的に言つて、この四股を踏むことにより臍下丹田に気が充実し、重心の安定した重みのある下腹の張った体が作られる。

ここでは、とりあえず心身の鍛練法を精神的なものと肉体的なものに分けてみてきたが、武道では全ての行いが広い意味での瞑想状態、いわば動的瞑想の状態で行えなければならないとされる。したがって、「四股」にしろ、「型」の稽古にしろ、さらには日常生活の行動様式など全ての活動が、瞑想状態で行われ臍下丹田を中心に気を養うことが求められたのである。

### 三、技と力と氣

日本の武道における技の修練において、最も重要とされたことの一つに「力まない」「肩の力を抜く」ということが挙げられる。ここでは、このことについて力の使い方が最も直接的に相手との関係に作用する体術を中心に考えていきたい。

一般的に言つて力を抜くと重い物は持てないし、まして相手と向かい合つて相手を倒す、切るといったことを目的とする武道において力を抜くなどというのは一見不合理のような気がする。しかし、武道では、

剛力成る者、我力を頼んでよしとす。しかし一朝の勇なり。夫より一倍したる者来らば大いにあやうし。力に数有り。凡そ三捨歳に至りては、大方をくれと云いてをとろふる物な

り。術を以てなす時は、年老い、死するまで失ふのうれいなし。

というような考え方をする。つまり、力で相手に勝とうとすれば、自分より力の弱い相手には勝てるが、いくら自分の力が強くてもそれ以上に力の強い相手に会えば負けてしまう。また、いくら力が強くても三十歳を過ぎれば体力のピークを過ぎ歳をとるとともに衰えてしまう。したがって、力に頼らず、力を使わないで相手を倒せる技術を身に付けろのである。ここには、相手との戦いの中での生きるか死ぬかという厳しさが窺える。例えば、スポーツでは相手の方が強くても試合に負けるだけであり、また自分の力の全盛期を過ぎれば引退するか、後はそれなりに同じような年齢のものと楽しめばよいことになる。しかし、武道ではそうはいかない。負ければ命を取られるかもしれない、また相手を選ぶことも、引退することもできないのである。

少し話がずれたのでもともどうぞ。

力に頼らないで相手の力に勝つに越したことはないし、それが出来れば絶対的な強さを得ることができるであろう。しかし、これは常識的には不可能に近い課題である。それは筆者の考えるところ、よく言われるような単に相手の勢いを利用するとか、あるいは神がかり的なものではないように思う。

ところで、「力を入れない」といったが、実は力の有る無しの問題ではない。『天神真楊流柔術大意録』に、

力を一向に嫌ふにあらず、たとへば力の有る人となき人と

同じ位に上手に至らば、力を有るにしくはあるべからず。然れ共、業末だ熟せざるに力を用ゆれば、心体石のごとくに成りて、其流儀の業を覚ゆる事難<sup>レ</sup>成りなり。先氣の扱いと力の扱いとの差別をいわば、業をなす所からくやわからかにして、すらりとこだわりなきを氣の扱いといふて、好み用<sup>ユ</sup>るなり。おもく剛氣いたる氣を、力の扱いとして是甚しく嫌ふなり。能く々に考<sup>ヘ</sup>、稽古すべし<sup>⑩</sup>。

とあり、力を否定しているわけではなく、むしろ力の必要性は認めている。しかし、ここで最も重要なことは、力の強弱よりも力の使い方、発現される力の質の問題である。普通、力を出す時は、「力を入れる」「力を込める」というのが一般的な方法であるが、武道では力を柔らかくこだわりなく使う、すなわち「力を通す」とでもいうような力の使い方を良しとする。そしてこのような力の使い方は、最初の内、力を使わないで技の訓練を行わないとマスターできないというのである。

この「力を通す」という感覚は、身体内部感覚の問題であり、普通の人間にはなかなか理解しがたいものであるが、一体どのような力の使い方なのかと言うことを、伝書などの記述から垣間見てみよう。

『柔術秘学抄』には、

柔よく剛を制するの理わきまえべし。強からんと思へば、かへつて弱きにおとれり。我強ければ敵又つよし。是柔術の根本なり。能く々かんがうべし<sup>⑪</sup>。

とある。「柔よく剛を制する」とは、武道、特に体術の世界で

今でもよく言われる言葉であるが、ここで注目すべき点は、「我強ければ敵又つよし」という所である。つまり、相手に対して強い力をかければ、相手もその力に抵抗するために力を出す。したがって、相手にこちらの力を感じさせないことが一つの目標となる。それは、例えば「入り身<sup>⑫</sup>」とか「身を透す<sup>⑬</sup>」などという言葉に代表される身体を使い方、力の使い方である。

運動力学的に考えれば、相手と自分との相対的な位置関係や骨格あるいは筋の構造、機能などの関係、さらには姿勢と重心の関係などから、相手を動かす最小限の力のベクトルを見いだすことはできるであろうし、スピードの遅速の関連からも最も有効な手段がみいだせるはずである。

しかし、それ以上にそこには力の質の違いというもっと根本的な問題がある。物理的な力の法則では、いくら重さがどれだけの速さでどの位の時間作用したかによって、いくら力が対象に対してかかったかということが決まり、物理的な条件が全て同じならば、例えば鉄の塊を一メートル動かすのに必要な力は一定である。しかし、それはあくまで物質対物質の関係を前提としたものであり、生身の人間を対象としたものではない。人間は、自ら外界の刺激に対して常に何かを感じ何らかの反応を示す。人間の外界の刺激に対する運動の仕組みは、感覚器から感覚神経を通して送られる刺激が、大脳皮膚の感覚野に入り連合野でその刺激に対する対処法を判断し運動野で運動を命令し、そのインパルスが脊髄から運動神経を通して筋収縮を引き起こす。(不随意運動は少し違うが)つまり、人間の運動は、感

覚器が感じた刺激に対しての脳の対応に基づく運動である。したがって、感覚器が力をどの程度感知するか、あるいは脳が感覚器から送られてきた刺激に対してどのような捉え方をするかによってその対応の仕方が変わる。同じ物理的条件下で、相手を押しても同じだけ動くとは限らない。一般的に考えれば、相手に押されれば自分の姿勢を安定させるために少なくともとも押されたと感じた力で押し返す。この場合、お互いが押し返し合い、力の強い方が最終的に相手を動かしたり倒したりできる。しかし、相手を実際に押した力と自分が感じた力との差が大きければ、もし相手に感知できない力で相手を押すことができたらずのようになるであろう。例えば、同じような体格のAとBがいて、Aから十の力で押された場合、もしBがそれを一の力しか感じなければ自分の姿勢を維持するためにとりあえず一の力を出して押し返すであろう。そうすればBはその瞬間、予想以上の力をAから受け倒されることになる。

それでは、相手に力を感じさせない力とは、如何なるものなのであるうか。

このような力の使い方を表現するために武道では気概念を用いる。つまり、「常遍の気となりて業をなす」というように気という力によって技を発現するというのである。

気とは、先に述べたように東洋的身体観の根本的な概念であり、単に思想的・観念的なものではなく、きわめて生理的・心理的なものであり、経絡という体内循環システムを形成する目に見えないエネルギーとして捉えることができる。湯浅氏は、

この気の循環システムを身体の情報システムの第四番目として捉える。すなわち、第一は先に述べた身体と外界の関係を司る感覚ー運動系のシステム、第二は「からだ」の自己把持的感覚を司る全身内部感覚の回路とし、第三を無意識と関係する自律系ー本能回路とする。そして、目には見えない無意識下の潜在的回路としての経絡の気の流れを「無意識的準身体」と呼ぶ。この無意識的準身体は第二の全身内部感覚の回路的な機能も、第三の自律系ー本能回路的な機能も持ち合わせている。後者については、ここではおくとして、第二の機能について考えてみよう。

湯浅氏の示唆するところによれば、全身内部感覚とは自分の体の全体像についての把握、自分の体が今どのような状態になっているかということについての自分自身の感覚であり、いわば身体の自動制御システムの機能を果たしており、これを客観的身体(われわれが日常目でみている体)によりそう形で存在する気のシステム、あるいは場としての気が司っているというのである。

このような理論にそって考えた場合、この気のシステムに直接働きかけることができれば、相手の神経回路をあまり刺激せずに、相手の全身内部感覚に影響を及ぼすことができるであろう。つまり、人間は自分の身体がどのような状態にあるかということは無意識に把握しているのであるが、そのいわば身体イメージとでも言う感覚を崩すことができれば、それを崩された者は自分の身体把握ができなくなり客観的身体のバランスを



も崩すことになる。なぜならば、気は普通人では、意識さえできない潜在的な能力であり、いったんそのバランスを崩されれば随意的にはコントロールできないからである。このことは、逆に言えば気の力をコントロールし他者にまでその影響を及ぼすには並大抵の訓練ではできないということにもなる。

したがって、今まで述べたような気という言葉で表現される力の使い方はともすると観念的、宗教的に捉えられがちであり、また現在の武術流派は現実に技術的裏づけのないものがほとんどである。しかし、筆者の知る限りにおいてそれを最もよく、いやそれ以上の技として確立し、実践している流派に大東流合気武術がある。<sup>15</sup>

その技は、「合気」という言葉に集約されるのであるが、大東流合気武術という合気とは、他の多くの流派という雰囲気的なものではない。ここでいう合気とは松田氏が、

敵につかまれる、押される、引かれる、組み付かれるなどの、いかなる攻撃を仕掛けられても、即座に敵の力を無にしていまい、同時に敵の体勢を抵抗不能の状態にしよう技術であり、攻撃にあたつては身体のいかなる部分にも、瞬間に全身の力を集中させて、敵の体を極めたり、あるいは当て身の一撃を加えるものである。<sup>16</sup>

と述べているように極めて技術的、実践的な技である。著者も、自分の力が無になる感覚、相手の力をほとんど感じないのに、いくら力を入れても相手の自由に身体を動かされるという一見信じ難い体験をしている。

さらに、大東流合気武術では、技術的根柢をもとに、それを理念的に昇華させ、

合気とは気を合わす事である。宇宙森羅万象の総ては融和調和によつて、円満に滞りなく動じていて、その調和が合気である。合気は極く自然に少しの蟠りもなく、抗ひもなく、合一融和するのである。暴力をふるわんと出る者に対しては、我よりも出て融和し、また敵の既発の動きに対しては、同じ合気の理により敵の動きに従ひ、転化変転して融和するのである。<sup>17</sup>

と説明している。ここで重要なのは、相手と対立しないという考え、相手と融和し一体となることである。気を通じて相手と一体となれば自分の力は身体対身体という対立関係を克服して相手に力を感じさせずに直接相手の身体内部にその力を響かせることができるというのである。言い換えれば、彼の気のシステムに働きかけて我の気のシステムと融和させることにより彼の全身内部感覚を崩し、同時に我の全身内部感覚、身体イメージにそれを組み込むことによつて、我と彼との全身内部感覚は一体となり、その一体化した全体を我の意志によつて自由にコントロールできるようにするのである。

#### 四、極限状況における心境

スポーツなどのトレーニングで最も難しい課題は、練習の時に出来た技術をいかに試合の場面で実現できるか、生かせるか

ということである。人間は、デリケートな感情を持っているため、練習の時に完璧と思われるほどの技術を身に付けていても試合の場面では、例えば「上がってしまつて」、「興奮してしまつて」あるいは種目によつては「怖くなつて」、「おじけづいて」なかなか思うようにその技術を発現することができないことが住々にしてある。したがつて、最近スポーツの世界では、本番で自分の実力を百パーセント発揮できるように、心理的なトレーニング、例えばイメージトレーニングや瞑想法を取り入れたトレーニング法を開発し、効果を上げている。

しかし、武道においてはこの問題はもっと切実な問題として捉えられてきた。なぜならば、相手と立ち合った状況というのは、いわば切るか切られるか、生きるか死ぬかの生死の境に己を立たせることになる。このような極限状況の元で、自己の能力の全てを発揮するというのは至難の技である。相当な精神的集中・安定を得ることができなければ到底無理な話であろう。

ところで、東洋思想・武道において「心」の問題を考える時、気の問題を無視するわけにはいかない。二章で述べたように気は肉体と共に精神にも深く関わっている。武芸伝書にも、心を気との関係で説いているものが数多くある。『兵法家伝書』には、心は一身の主人なれば、おくの座に居る者と心得べし。気は戸口に居て、心を主人として外へはたらく也<sup>18</sup>とある。また『天狗芸術論』にも、

心気もと一体なり、気は形の内を運つて心の用をなす、心は靈なり、かたちなくして此氣に主たるものなり<sup>19</sup>

と記されている。これは、中国哲学の体用論に基づくものであるが、心と気の違いはその働きにあり、原則として「心」↓「気」の関係を求め「気」↓「心」の関係を否定する。なぜならば、気が先行すれば、相手との立合の場で最も戒められるべき「病気」、つまり新陰柳生流で言う「引・退・慵・憶」<sup>20</sup>、神道無念流『試合目録』にある「惑・憶・驚・躁・怖・悔」などの病気が、己の心を乱すことになる。

しかし、もともと気というものは自分の思うようにはコントロールできないものである。例えば、「私は一生武道に励み極意を得るぞ」と心に決めて、その決意は変わらなくても、「今日はどうしても気が乗らないから稽古はやめにしよう」などということは、われわれもよく経験することである。まして、武道という生死の境に身を置く極限状況下、普通の人では、単に「気分」の問題というレベルではなく、自分の気によって自分という自我を崩壊してしまう事態になりかねない。

ここで、病気をユングの言う情動コンプレックスと捉えれば、心と気の関係は次のようになる。

つまり、自我を中心にある程度安定している意識の領域が、何かに心をとられ片寄りを生じたり弱くなると、その補償作用として無意識の領域から湧き上がってくる情動コンプレックスやより深層の集合的無意識の心的エネルギー（気と深い関連があると考えられる）の干渉をうけることになる。このような状態になると意識の領域の秩序は崩れさり統合性をなくすことになり、自我はその機能を失い、混沌とした闇夜のような無意識

の世界に投げ出されてしまうのである。その時人はもはや氣によつて乱された自分の心をコントロールできなくなり、身体的にも「すくみ」や「かなしぱり」といった状態になり身の自由を失う。

したがつて武者たちは己の心をいかにして乱さず、冷静な心境でいられるかを追求したのであり、そのために瞑想を行い日常的には不随的な氣を心でコントロールできるように訓練したのである。深層心理学的に言えば、瞑想とは、情動を抑圧したり無視するという消極的な立場をとらず、積極的に自分の自我をとりあえず無くして病氣と交わり、それらを意識の中に取り込むことである。そしてさらには意識の領域と無意識の領域とを開かれた關係にし、心的により深い位置に新たな自我を確立することといえよう。

このような瞑想修行で得た心的状態というのは、われわれが日常生活で経験している世界ではなく、日常的に存在している私でも私の世界でもないもつと心の深層に隠れている世界での問題である。それでは、このあたりのところを少し哲学的に考えてみよう。<sup>22</sup>

自分を無意識の領域に置くと、そこは日常経験している世界、すなわち意識によつて、言い換えれば言葉で分節され秩序だてられている世界（コスモス）とはまるで違つた混沌（カオス）の世界がある。一見われわれが自分で認識し感じ取っている世界が、あたりまえのような、またそのみが真実であるかのような氣がするが、この世は、人間という二本足で歩き、目、耳など

の感覺器を備え自我によつて言語を持つ生命体が捉えた世界であつて、あくまで相對的なものであり、いわば虚空の世界なのである。したがつて、いったん自我がなくなり無意識の世界に入ると、そこはわれわれが経験したことのない心の闇の部分とでもいう秩序だてられる以前の世界が広がっている。

この混沌の世界は、絶対無分節の世界、全ての事物が混ざりあつた、空、大地、人間、鳥、花、といった全ての事物が本質的に存在しない世界である。修行者は、この絶対無分節の世界に身を置き、さらに日常経験の世界に身を戻さなければならぬ。その時、彼は混沌の向こうに開ける全く新しい秩序だてられた世界、コスモスを見ることになる。この新たな世界は、一見今までの日常経験の世界と変わりないように見えるが、そこにある事物は、人は仮に人であり、花は仮に花であるような世界、一応は分節されているがあくまでそれは仮の姿であり、別に人が花であつても良い世界、お互いが透明で通い合つている世界である。このような世界觀を持つに至れば、人はもはや何事にも心を乱さなくなる。武道で言うならば、相手と立ち合つた時の自分の予測に対する不安や死への恐怖といったものが、全て解消される。

例えば、『天神真楊流柔術大意録』には、

不動心は、うごかざる心也。心正明にして惣身へ氣満ち渡りて、白刃を眼で見ても心に不<sub>レ</sub>見、或者は、大筒の音を耳に聞いても、心に不<sub>レ</sub>聞かして、物毎にとふとふ動かざる所なり。是を大丈夫といふ。此大丈夫の動かざる心にて、此心を

うごかして千変万化の業を自在にする時は、幾千万の大敵といふとも、とふとふ動かざる所の心をさして不動心といふ也。動いてうごかず、うごかずして動く、右能れんぞくしたる所を要する也。<sup>23)</sup>

とある。つまり、不動心とは、単に動かない心ではなく、どのような事に対しても冷静な精神状態を保ち、しかも様々に動かし状況に応じて適切な対処ができる心境をいうのである。このような心境は、全てが相対的な世界、仮の世界であり、本質的には自分も仮の存在、さらに言えば、生死も相対的なものである、ということを実体験してしか至れない境地である。そして最終的には、

天地の間に居る人は、天地の氣を分て生る者ならば、人也、我也と云隔は無く、皆一人と云事也。天は二ツの天無きによって、人に二人の人無し。是を以無敵と云との理也。<sup>24)</sup>  
というように、我と彼の対立関係は消滅する。

## 五、武道の修行と倫理観（おわりにかえて）

一般的に、武道における倫理観は、武技とは関係なく、武士道との深い繋がりから、あるいは仏教などの宗教的影響を受けることによって形成されてきたといわれる。また、最近では武道を「和」とか「愛」などの言葉と短絡的に結び付け、観念的に「武道とは和の精神である」「武道とは人を愛することである」とよく言われ、またそれをモットーにする新興武術流派もある。

しかし、本文でみてきたように「我と彼が一体となる」という一見観念的な考えは、技術として体得した身体内部感覚として、また瞑想体験による相対的な世界観の確立によって得られた、すぐれて技術的、深層心理的な事実として体験を通して得られたものである。もちろん、このような体験的事実が思想的・宗教的な理念と結びついて武道としての倫理観が形成されてきたのであるが、あくまでそこには武術を極めた者にしか分からない、技術的裏付けと極限状況における心的体験があるということである。このことについて平常無敵流『無敵流目録』に、「無敵」の境地に至るには、

然りと云へども所作を捨て心理のみを学ぶに非ず。剣術と心術は、文と武との如し。心術無き平法は、牀を失て、平徳無くして無敵を知らず。剣術無き平法は用を失て用徳無くして変化する事あたはず。牀用一にして求めざれども勝事自在也。<sup>25)</sup>

とあり、技法、心法どちらが欠けても真の武道とはなり得ないとする。

ここで、重要なことは無敵という思想は、修行を積み事理を極めて得た、万が一相手と戦わなければならない時には必ず勝利を得ることが出来るという確信、あるいは覚悟を前提とした強味に根差した和らか味を意味するということである。この辺りのことは、今後の研究を期すことにしたい。

註

- (1) 湯浅泰雄 『身体—東洋的身心論の試み—』 創文社 P  
九九 一九八二年
- (2) 岸本英夫 『信仰と修行の心理』 (岸本英夫集第三卷)  
溪声社 一九七五年 参照 この考え方は、岸本氏の宗教学における修行研究の捉え方に大きな示唆を受けた。
- (3) 吉田興之丞有恒 『天真傳一刀流兵法』 一八三二年 富山県立図書館蔵
- (4) 渡辺一郎 『武道の名著』 東京コピー出版 P 五八 一九七九年
- (5) 同前 P 一六六
- (6) 同前 P 一六三
- (7) 拙論「武芸における『瞑想』についての一考察—心身論的視点からの序説として—」(『武道学研究』一八一—三 一九八六) 参照
- (8) 今村嘉雄 『日本武道大系』 第六卷 同朋舎出版 P 四二七 一九八二年
- (9) 同前 P 四五五
- (10) 同前 P 四三〇
- (11) 武道でよく使う表現で、瞬時に間合を詰め相手の懐に自分の身体を入れること。
- (12) 前掲書(8) P 一九〇—一九一 参照
- (13) 同前 P 四五八
- (14) 湯浅泰雄 『氣 修行 身体』 平河出版社 第一章・第二章参照 一九八六年
- (15) ここで示す内容は、大東流合気武術・佐川幸義宗範におけるものであり、大東流一般を述べたものではない。
- (16) 松田隆智 『秘伝日本柔術』 新人物往来社 P 二二七 一九七九年
- (17) 同前 P 二二九
- (18) 渡辺一郎 『兵法家伝書』 岩波書店 P 一〇七 一九八五年
- (19) 小笠原春夫 『天狗芸術論』 文化書房博文社 P 一三五 一九八三年
- (20) 今村嘉雄 『日本武道大系』 第一卷 同朋社出版 P 二八一 一九八二年
- (21) 渡辺一郎氏所蔵
- (22) 井筒俊彦 『意識と本質—精神的東洋を求めて—』 岩波書店 一九八四年 参照 ここで展開した心的状況の描写、世界観は、井筒氏の本質論を参考に試みたものである。
- (23) 前掲書(8) P 四五九
- (24) 今村嘉雄 『日本武道大系』 第三卷 同朋舎出版 P 四〇一 一九八二年
- (25) 同前 P 四〇三

(まえばやし・きよかず 筑波大学 体育科学系準研究員)